



Le Muse News

Buone pratiche per equilibrare l'impatto delle attività umane sulla Terra

Sara Fresi





Le Muse News

Progetto presentato da Sara Fresi, editrice e direttrice responsabile del quotidiano web

LE MUSE NEWS

Si ringrazia **ASviS** (Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile) per aver valutato positivamente l'iniziativa e averla inserita nel calendario del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2021.

Pubblicato in data 09 Ottobre 2021 sul quotidiano web www.lemusenews.it



Questo documento si inserisce all'interno del *Festival dello Sviluppo Sostenibile* edizione 2021 di ASVIS. Si tratta di una grande iniziativa utile a sensibilizzare e mobilitare la società sui temi della sostenibilità economica, sociale, ambientale e istituzionale e contribuire all'attuazione dell'Agenda 2030 dell'Onu, sottoscritta nel 2015 da 193 Paesi. L'obiettivo di questo progetto è quello di sensibilizzare i giovani, e non solo, al rispetto degli ecosistemi e all'uso razionale delle risorse messe a disposizione dal nostro unico pianeta che è, appunto, la Terra.

Elenco di Buone Pratiche

1. Rinforzare la propria dieta con verdura e frutta riducendo il consumo di carne.

Se riducessimo il consumo globale di carne del 50% e utilizzassimo più calorie dalle piante, sposteremmo *Earth Overshoot Day* di 17 giorni! Utilizzando i dati mondiali sulla produzione di carne, è stato calcolato che per produrre 1 tonnellata (o 907 chilogrammi) di carne di manzo occorrono 14 volte più terra biologicamente produttiva rispetto a quella necessaria per produrre 1 tonnellata di grano. Carne di maiale? 1,9 volte di più. Inoltre, il bestiame globale è responsabile del 9% di tutte le emissioni di carbonio di origine antropica (una stima prudente, fonte: fao.org). Quante volte puoi saltare la carne e goderti un pasto vegetariano? Ampliare il tuo repertorio vegetariano in cucina ti aiuterà, scegli quello che ti ispira, vai a fare la spesa o visita il tuo mercato degli agricoltori locali, se disponibile, e inizia a cucinare!

2. Viaggiare in modo eco-sostenibile.

A seconda di dove viviamo, alcuni di noi potrebbero finalmente essere in grado di lasciare i confini delle nostre case e godersi un cambiamento di scenario per un periodo di tempo. Se è così, festeggiamo esplorando, non sfruttando il pianeta! Quando portiamo un atteggiamento ecologico nei luoghi che visitiamo e agiamo per limitare gli impatti del nostro viaggio, la nostra vacanza può fornire importanti vantaggi alle comunità locali sostenendo al contempo la conservazione. Quindi, quali misure possiamo intraprendere per non danneggiare la natura e la cultura delle destinazioni che tutti noi amiamo visitare? Alla ricerca di strutture ricettive che si integrino bene con le comunità locali e siano dotati di fonti di energia rinnovabile. Considerando un trasporto alternativo invece di noleggiare un'automobile, ad esempio un veicolo elettrico. Fare un giro in bicicletta significa nessun inquinamento! L'acquisto di prodotti alimentari locali e biologici. Queste azioni fanno anche molto per garantire che l'esperienza di viaggio sia piena di relax, cucina autentica e saporita e un legame genuino con lo stile di vita locale.

3. Evitare sprechi di cibo.

Almeno un terzo di tutto il cibo prodotto nel mondo viene sprecato ogni anno nei campi, nelle case delle persone e anche altrove, ciò secondo l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura. In effetti, durante la pandemia di Covid-19 molti raccolti sono stati lasciati a marcire nei campi e tantissimi sono stati complessivamente gli sprechi rispetto al solito. Questo si è verificato quando il sistema di distribuzione alimentare globale è stato interrotto da ordini di blocco e chiusura delle frontiere in tutto il mondo. In genere, frutta e verdura, oltre a radici e tuberi, hanno i tassi di spreco

più elevati di qualsiasi alimento (40-50%) rispetto a cereali (30%), pesce (35%), semi oleosi, carne e latticini (20%).

Come puoi affrontare lo spreco di cibo nella tua vita quotidiana? Si tratta di fare acquisti in modo più intelligente. Puoi migliorare la gestione dei prodotti della tua famiglia e preparare frullati o cucinare zuppe alla fine della settimana. Oppure puoi unirti a un'organizzazione locale la cui missione è di donare il cibo a organizzazioni di aiuto alimentare evitando così che esso vada nella spazzatura.

4. Dare spazio alla natura nella nostra vita.

Stare a contatto con la natura ci fa sentire bene. Molti di noi lo hanno ricordato recentemente durante la pandemia, mentre erano confinati nelle nostre abitazioni urbane per settimane e settimane. Dipendiamo anche da terreno fertile, acqua pulita e aria incontaminata affinché il nostro corpo sia nutrito e prospero. Ci sono molti modi in cui possiamo aiutare a migliorare la salute dei nostri ecosistemi naturali, mentre ci sentiamo bene nel dare più spazio alla natura nella nostra vita. Alcuni esempi sono: piantare un albero, coltivare un orto domestico.

Cosa ti piacerebbe fare a casa, al lavoro o nel tuo quartiere per coltivare la natura? Invita un amico a unirsi a te in questa avventura!

5. Fare il pendolare e limitare l'uso di mezzi propri: automobili, motocicli o ciclomotori.

Per gli spostamenti brevi possiamo utilizzare la bicicletta, i mezzi pubblici – per garantire che la guida ridotta sia un progetto a lungo termine e non un evento temporaneo imposto.

6. Sensibilizzare sul tema le istituzioni della propria città.

Con il 60% della popolazione mondiale che si prevede vivrà nelle aree urbane entro il 2030 e fino all'80% entro il 2050, lo sforzo globale per la sostenibilità sarà vinto, o perso, nelle città del mondo. Il modo in cui pianifichiamo e sviluppiamo le nostre città è quindi fondamentale per bilanciare l'offerta di capitale naturale e la domanda della popolazione. Di ai leader della tua città che tieni alla sostenibilità. Puoi anche visitare il sito web istituzionale del tuo Comune e scoprire di più sulla sua politica ambientale e sul suo impegno. Identifica quale tema ambientale desideri sostenere (energia rinnovabile, riciclaggio, trasporto pubblico adeguato, edifici verdi, agricoltura urbana e altri ancora). Scopri come contattare le autorità istituzionali locali. Invia loro un'e-mail, una lettera, twittali, chiamali!

7. Razionalizzare il proprio guardaroba.

Il blocco indotto dal coronavirus ha svegliato il minimalista che è in te? Hai scoperto che sei più felice di restare con meno capi di abbigliamento preferiti di quelli che pensavi di aver bisogno? Forse è un paio di jeans preferiti, un vestito carino ma comodo o una giacca casual. Questi articoli potrebbero essere fondamentali nel tuo guardaroba, una collezione di capi di abbigliamento che possono essere mescolati e abbinati per comporre *outfit* per ogni occasione. L'abbigliamento costituisce il 3% dell'impronta ecologica globale. Uno degli obiettivi di un guardaroba minimal è quello di effettuare acquisti moderati di abbigliamento e programmati nel tempo. Dai un'occhiata al tuo armadio. Puoi snellire il tuo guardaroba?



Le Muse News

Riferimenti bibliografici e sitografia

Ciapetti, L. 2010. *Lo sviluppo locale*. Bologna. Società editrice Il Mulino.

Earth Overshoot Day, *Solutions*. URL: <https://bit.ly/2XIs4j8> (ultimo accesso: 30.08.2021).

Santoprete, A. 2003. *Ambiente e risorse naturali. Attività antropiche e inquinamento*. Pisa. Edizioni ETS.

